

**UPAYA GURU BK MELALUI KONSELING INDIVIDU
DALAM MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI
DI SMAN 15 BANDAR LAMPUNG**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi
Syarat-syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Oleh :

**Mairani
NPM : 1611080268**



Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1443 H / 2021 M**

**UPAYA GURU BK MELALUI KONSELING INDIVIDU
DALAM MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI
DI SMAN 15 BANDAR LAMPUNG**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi
Syarat-syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Oleh :

Mairani

NPM : 1611080268



Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Pembimbing I : Dr.Guntur Cahaya Kesuma,MA
Pembimbing II : Nova Erlina,SIQ.,M.Ed

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1443 H / 2021 M**

ABSTRAK

Penelitian ini di latar belakang oleh peserta didik yang terindikasi mengalami percaya diri rendah. Hal ini dapat di lihat dari peserta didik yang menunjukkan ketidak yakinan akan kemampuan dirinya dan sering merasa khawatir gagal sebelum mencoba sesuatu, kurang dalam berkomunikasi dan sulit dalam menyampaikan pendapat. Permasalahan tidak percaya diri ini ada pada peserta didik kelas XI Ipa 3 di SMAN 15 Bandar Lampung. Ini terlihat dari jumlah peserta didik yang berjumlah 8 orang peserta didik yang merasa belum memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya, yang akan membuat peserta didik tidak percaya diri, dari 8 peserta didik ini di beri bimbingan oleh guru bimbingan dan konseling melalui konseling individu. Permasalahannya adalah bagaimana upaya guru bimbingan dan konseling melalui konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri di SMAN 15 Bandar Lampung. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana upaya guru bimbingan dan konseling melalui konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri pada peserta didik.

Metode yang di gunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif untuk mendeskripsikan permasalahan dengan desain penelitian study kasus (Case Study) yaitu study tunggal (single case study). Jenis laporan penelitian ini model ini berisi kutipan-kutipan data dalam bentuk narasi. Data dan informasi yang berbentuk narasi tersebut berasal dari teknik pengumpulan data yang menggunakan metode wawancara mendalam (Indepth Interview) dengan menggunakan pedoman wawancara, kemudian di lakukan triangulasi data sebagai keabsahan data

Hasil dari penelitian ini menunjukkan upaya guru bimbingan dan konseling melalui konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri di SMAN 15 Bandar Lampung yaitu : 1. Guru BK melakukan assessment dengan berkolaborasi dengan pihak-pihak terkait (2) guru bk melaksanakan tahap-tahap konseling individu dengan melalui tahapan konseling individu guru bk mampu membuat peserta didik menjadi yakin akan kemampuannya

Kata Kunci: Layanan Konseling Individu, Kepercayaan Diri

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul **“Upaya Guru BK Melalui Konseling Individu Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Di SMAN 15 Bandar Lampung”** ini sepenuhnya adalah karya saya sendiri. Tidak ada bagian didalamnya yang merupakan plagiat dari karya orang lain dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.





**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat : JL. Let. Kol. H. Endro Suratmin, Bandar Lampung 35131 Telp (0721) 703260

PERSETUJUAN

**Judul Skripsi : Upaya Guru BK Melalui Konseling Individu
Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Di
SMAN 15 Bandar Lampung**
Nama : Mairani
NPM : 1611080268
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

MENYETUJUI

Untuk diajukan dalam siding munaqosah dan Fakultas Tarbiyah dan
Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Dr. Guntur Cahaya Kusuma, M.A
NIP. 1969103031997031003

Pembimbing II

Nova Erlina, S.I.O., M.Ed
NIP.197811142009122003

Mengetahui,

Ketua Jurusan Bimbigan dan Konseling Pendidikan Islam

Dr. Hi. Rifda El Fiah, M.Pd
NIP. 19670622199403200



KEMENTERIAN AGAMA RI
UIN RADEN INTAN PROVINSI LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat : Jl. Endro Suratmin, Sukarame, Bandar Lampung. Telp (0721)703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul: **Upaya Guru BK Melalui Konseling Individu Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Di SMAN 15 Bandar Lampung**, Disusun oleh **MAIRANI, NPM: 1611080268**, Program Studi: **Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam**. Telah di Ujikan dalam sidang Munaqosyah di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan pada Hari/Tanggal : 03 Mei 2020.

TIM PENGUJI

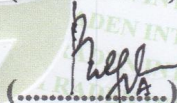
Ketua : Dr. Rumadani Sagala, M.Ag


(.....)

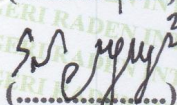
Sekretaris : Hardiyansyah Masya, M.Pd


(.....)

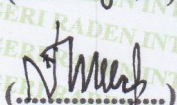
Penguji Utama : Dr. Rifda El Fiah, M.Pd


(.....)

Penguji Pendamping I : Dr. Guntur Cahaya Kesuma, M.A


(.....)

Penguji Pendamping II : Nova Erlina, S.IQ, M.Ed


(.....)

Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan



Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd
NIP. 196408281988032002

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ

Artinya : Karena Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.



PERSEMBAHAN

Atas rasa syukur dan nikmatnya sebuah perjuangan, berkat dukungan serta doa orang-orang yang ku sayang, kupersembahkan karya skripsi ini kepada :

1. Kedua orang tuaku yang kusayang dan kucintai, Ayahanda Bastoni dan Ibunda Masnun yang selalu menyayangi dengan tulus, mendoakan sepanjang waktu, mendidikku selama ini, memberikan semangat yang tak henti-hentinya, dan menjadi madrasah pertama bagi anak-anaknya, terimakasih atas semua yang telah diberikan kepada ku atas kasih dan sayang yang tak terhingga, sehingga dapat menghantarkanku menyelesaikan pendidikan di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung dan semua ini tidak akan bisa kuraih tanpa doa dan perjuangan ayah dan ibu .
2. Kepada kakakku Berlian, Aliantomo, Sobirin, Afidzar, yang selalu mendoakan, menyayangi, menjaga serta melindungi, memberikan motivasi dan inspirasi serta dukungan, dan menjadi teladan terbaik bagi adiknya.
3. Almamaterku Tercinta Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung.

RIWAYAT HIDUP

Penulis di lahirkan pada tanggal 13 Mei 1998 di Negri Agung Kabupaten Waykanan, sebagai anak kelima dari lima bersaudara dari pasangan bapak Bastoni dan ibu Masnun, penulis menempuh pendidikan kanak-kanak di R.A Pertiwi pada tahun 2003 dan melanjutkan pendidikan di SDN 1 Negri Agung, pada tahun 2004 dan lulus pada tahun 2010, penulis menyelesaikan pendidikan menengah pertama di SMPN 1 Negri Agung dan lulus pada tahun 2013 dan sekolah menengah atas di SMAN 1 Negri Agung dan lulus pada tahun 2016.

Pada tahun 2016 penulis terdaftar sebagai mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan di IAIN Raden Intan Lampung pada tahun 2017 IAIN Raden Intan Lampung di resmikan menjadi UIN Raden Intan Lampung.

Selama penulis menempuh perkuliahan di Universitas Islam Negri Raden Intan Lampung, penulis mengikuti organisasi PMII pada tahun 2016. Pada tahun 2019 penulis mengikuti Kuliah Kerja Nyata di Desa Air Naningan Kabupaten Tanggamus selama 40 hari, selanjutnya pada tahun yang sama, penulis mengikuti Praktek Pengalaman Lapangan di sekolah di SMAN 15 Bandar Lampung

umbul ringan, panggung rejo utara Kecamatan sukoharjo Kabupaten pringsewu selama 45 hari. Selanjutnya penulis mengikuti Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di smpn 18 Bandar Lampung.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahilahirabil'alamin. Puji Syukur kepada Tuhan semesta alam Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat serta hidayahnya, Sholawat beserta salam tak lupa pula kita sanjungkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW yang mana syafaatnya kita nanti-nantikan di yaumul akhir kelak Aamiin.

Skripsi ini dengan judul “Upaya Guru BK Melalui Konseling Individu Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Di SMAN 15 Bandar Lampung.

Skripsi ini tidak akan terselesaikan dengan baik tanpa bimbingan dan bantuan serta motivasi dan doa dari berbagai pihak. yakni merupakan bagian untuk memenuhi syarat guna memperoleh gelar sarjana Pendidikan dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) UIN Raden Intan Lampung. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan keguruan UIN Raden Intan Lampung beserta jajarannya yang membantu dalam penyelesaian skripsi, telah meluangkan waktunya dan saya mengucapkan banyak terima kasih atas segalanya.
2. Dr. Hj. Rifda El Fiah, M. Pd selaku ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, terima kasih telah mempermudah dan membimbing dalam penyelesaian skripsi.
3. Rahma Diani, M.Pd selaku Seketaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, yang telah meluangkan waktunya, menyibukan untuk menyelesaikan berkas persyaratan skripsi.
4. Dr. Guntur Cahaya Kesuma, M.A selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktunya, membantu, serta memberikan arahan dengan baik.
5. Nova Erlina, SIQ., M.Ed selaku pembimbing II yang telah banyak membantu, meluangkan waktu, memberikan saran serta motivasi dan dukungan dengan tulus dan ikhlas, dan sebagai

orang tua kedua di kampus, semoga Allah SWT membalas segala kebaikan beliau, Amin ya Robbal'Aalamiin.

6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan khususnya Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, terimakasih atas ilmu yang telah diberikan yang sangat bermanfaat di dalam kehidupan.
7. Bapak dan Ibu, seluruh Staf karyawan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, terimakasih atas segalanya dan bantuannya.
8. Kepala Sekolah Dra.Hi. Ngimron Rosadi, M.P beserta jajarannya di SMAN 15 Bandar Lampung terimakasih telah membantu penulis dalam penyelesaian penelitian skripsi ini.
9. Putri Nuritawati, S.Pd sebagai guru Bimbingan Konseling yang telah bersedia dengan ramah menjawab pertanyaan-pertanyaan penulis saat wawancara dan terimakasih telah meluangkan waktu untuk membantu dalam pengumpulan data selama penelitian
10. Basri Fauzi yang selalu menemani dalam suka dan duka selalu memberikan motivasi dan dorongan dalam belajar dan berkarya
11. Rekan-rekan jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Negeri angkatan 2016 yang selama ini menjadi mitra penulis dalam menempuh perkuliahan di kampus tercinta UIN Raden Intan Lampung.
12. Untuk teman-teman BK kelas E angkatan 2016 terimakasih atas semua kenangan yang telah kalian berikan selama 4 tahun ini, semoga tali kekeluargaan tetap terjalin dan kesuksesan dapat kita raih dimasa depan.

Demikian skripsi ini penulis buat. semoga skripsi ini bermanfaat dan dapat memberikan tambahan ilmu, khususnya penulis dan bagi para pembaca. Atas bantuan dan partisipasinya semoga menjadi amal ibadah disisi Allah SWT dan mendapatkan balasan yang baik. Aamiin yarobbal'alamin.

Bandar Lampung, 26 Oktober 2020
Penulis,

Mairani
NPM : 1611080268

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK.....	ii
PERSETUJUAN MUNAQOSYAH.....	iv
PENGESAHAN	v
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGATAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Penegesan Judul	1
B. Alasan Memilih Judul	1
C. Latar Belakang Masalah	1
D. Sub Fokus Penelitian	14
E. Rumusan Masalah	14
F. Tujuan Penelitian.....	14
G. Kegunaan dan Manfaat Penelitian.....	14
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Guru Bimbingan Dan Konseling.....	17
1. Pengertian Guru Bimbingan Dan Konseling ..	17
2. Konsep Dasar Bimbingan Dan Konseling	18
3. Karakteristik Guru BK.....	22
4. Tugas Dan Peran Guru Bk.....	23
B. Konsep Dasar Layanan Konseling Individu ...	25
1. Pengertian Layanan Konseling Individu	25
2. Tujuan Layanan Konseling Individu	26
3. Isi Layanan Konseling Individu	27
4. Komponen Dalam Layanan Konseling Individu	28
5. Asas –asas Layanan Konseling Individu	28
6. Kegiatan Pendukung Layanan Konseling Indiv	30
7. Tahap-tahap Layanan Konseling Individu	31

C. Konsep Dasar Percaya Diri	34
1. Pengertian Percaya Diri	34
2. Ciri-ciri Individu yang memiliki Percaya Diri	36
3. Faktor Yang Mempengaruhi Percaya Diri	37
4. Faktor Internal	37
5. Faktor Eksternal	38
6. Memupuk Rasa Percaya Diri	38
7. Ciri-ciri Percaya Diri	39
D. Karakteristik Percaya Diri	39
E. Upaya Guru Pembimbing dalam meningkatkan	
rasa percaya diri siswa.....	41
F. Kerangka berfikir	42
G. Penelitian yang relevan	43

BAB III DESKRIPSI OBJEK PENELITIAN

A. Gambaran Umum Objek	47
B. Gambaran Kegiatan Bimbingan Konseling Di	
SMAN 15 Bandar Lampung.....	47
C. Pengumpulan Data	48
D. Analisis Data	49
E. Prosedur Penelitian	50
F. Penjaminan Keabsahan Data.....	50

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Temuan Umum.....	51
1. Sejarah berdirinya SMA Negeri 15 Bandar	
Lampung	51
2. Profil SMA Negeri 15 Bandar Lampung.....	51
3. Visi dan Misi Sekolah.....	53
4. Data tenaga pengajar/guru	54
5. Data Jumlah siswa	56
6. Sarana dan prasarana SMA Negeri 15 Bandar	
Lampung	57
B. Hasil Penelitian.....	57
C. Gambaran Setelah Mendapatkan Konseling	
Individu	72
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	73

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	77
B. Rekomendasi	78

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



BAB I

PEMBAHASAN

A. Penegasan Judul

Untuk menghindari kesalah pahaman terhadap penulisan ini terlebih dahulu penulis menegaskan istilah yang terdapat dalam judul “Upaya Guru BK Melalui Konseling Individu Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Di SMAN 15 Bandar Lampung “

B. Alasan Memilih Judul

Mengingat bahwa pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah merupakan hal yang sangat penting dan berperan dalam membantu siswa memahami dirinya, mengembangkan potensi yang di miliki serta membantu siswa yang memiliki permasalahan

C. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah suatu proses untuk memperoleh pengetahuan dan pemahaman agar peserta didik dapat mengembangkan berbagai potensi yang dimilikinya. Dalam pengertian yang agak luas, pendidikan dapat diartikan sebagai sebuah proses dengan metode-metode tertentu sehingga orang memperoleh pengetahuan, pemahaman, dan cara bertingkah laku sesuai dengan kebutuhan¹ Pendidikan memiliki peranan yang sangat menentukan bagi perkembangan dan perwujudan diri individu terutama bagi pembangunan bangsa dan negara. Berdasarkan fungsi dan tujuan nasional, dijelaskan bahwa pendidikan di setiap jenjang, termasuk di sekolah harus diselenggarakan dengan sistematis. Tujuan nasional tercantum dalam undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun

¹ Muhibbin Syah, (2010). *Psikologi Pendidikan*, Bandung : PT. Remaja Rosdakarya hal. 10

2003 pasal 1 yakni: Pendidikan adalah usaha terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara.

Dunia pendidikan diharapkan mampu mewujudkan cita-cita bangsa dan tujuan pendidikan nasional. Perkembangan potensi yang ada dalam diri seseorang tidak akan terwujud begitu saja apabila individu itu tidak memahami potensi yang ada dalam dirinya. Sehingga perlu adanya upaya untuk membantu individu untuk dapat memahami potensi tersebut, sehingga individu bisa mengaktual atau mewujudkan potensi yang ada dalam sikap kepribadiannya. Hal itu dapat diperoleh apabila individu memiliki rasa percaya diri yang baik, sehingga dapat meningkatkan perkembangannya baik oleh dirinya sendiri maupun orang-orang yang ada di lingkungannya.

“Menurut Frank Person bimbingan adalah sebuah proses bantuan yang diberikan oleh seorang ahli (konselor) kepada individu (klien) untuk dapat memilih, mempersiapkan diri, mengambil sebuah keputusan dan menduduki suatu jabatan serta mendapat kemajuan dalam jabatan yang dipilihnya”

Guru bimbingan konseling adalah seseorang yang memiliki kemampuan untuk memberikan bantuan kepada individu/kelompok baik anak-anak, remaja, orang dewasa yang dilakukan secara langsung maupun tidak langsung agar individu/kelompok tersebut mandiri dan dapat mengembangkan potensinya secara optimal dalam hubungan pribadi, sosial, belajar, dan karir serta teratasinya masalah yang dihadapi melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung atas dasar norma-norma yang berlaku untuk tujuan yang berguna bagi konseli/klien.

Sebagaimana yang telah diamanatkan SK N.84/ 1993 ada lima tugas yang menjadi tanggung jawab guru pembimbing yaitu sebagai berikut :

- 1) Menyusun program bimbingan dan konseling
- 2) Melaksanakan Program Bimbingan dan Konseling

- 3) Mengevaluasi pelaksanaan Bimbingan dan Konseling
- 4) Menganalisis Hasil Evaluasi Pelayanan Bimbingan Dan Konseling
- 5) Tindak Lanjut Pelaksanaan Program

Seorang guru pembimbing harus memiliki pemahaman tentang siswa yang dibimbingnya. Untuk mengoptimalkan pemahaman tersebut, dalam prakteknya guru pembimbing dapat menerapkan teori-teori, teknik, dan layanan-layanan yang diberikan oleh guru pembimbing diharapkan dapat memberikan kontribusi kepada siswa supaya memiliki rasa percaya diri yang tinggi.

Guru bimbingan dan konseling memiliki tugas yang sangat penting dalam menumbuhkan kepercayaan diri siswa. Salah satunya upaya guru BK yang dapat dilakukan adalah memberikan layanan bimbingan dan konseling yaitu menggunakan layanan konseling individu yang diyakini dapat menyelesaikan permasalahan dari siswa untuk mengatasi permasalahan kurang percaya diri.

Menurut Prayitno konseling individu adalah proses pemberi bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh konselor kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah klien yang bermuara pada teratasinya masalah yang di hadapinya²

Pelaksanaan konseling individu terdiri dari tiga tahap yaitu tahap awal tahap pertengahan dan tahap akhir

1. Tahap Awal,tahap

ini terjadi sejak klien menemui konselor hingga berjalan proses konseling samapi konselor dank lien menemukan definisi masalah klien atas dasar isu,kepedulian,atau masalah klien.Proses konseling tahap awal sebagai berikut :

- a) Membangun hubungan konseling yang melibatkan klien
- b) Memperjelas dan mendefinisikan masalah
- c) Membuat Penafsiran

² Prayitno,*Dasar-dasar bimbingan dan konseling*,(Jakarta,rineka cipt,1994

d) Menegosiasikan kontrak

2. Tahap Pertengahan (Tahap Kerja)

Berangkat dari definisi masalah klien yang di sepakati pada tahap awal,kegiatan selanjutnya adalah memfokuskan pada :

- a) Penjelajahan masalah klien.
- b) Bantuan apa saja yang akan diberikan berdasarkan penilaian kemali apa saja yang di jelajah tentang masalah klien.

Menilai kembali masalah klien akan membantu klien memperpleh perspektif baru,alternative baru,yang mungkin berbeda dari sebelumnya,dalam rangka mengamil keputusan dan tindakan,dengan adanya persfektif baru maka klien sulit utuk berubah

3. Tahap Akhir Konselig

Pada tahap akhir konseling di tandai beberapa hal yaitu

- a) Menurunkan kecemasan klien.
- b) Adanya perubahan prilaku klien kea rah yang lebih positif
- c) Adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program jelas Terjadinya perubahan posotif yaitu mulai dapat mengpreksi diri dan mendiadakan sikaf yang suka menyalahkan dunia luar,seperti orang tua,guru,teman keadaan tidak menguntungkan dan sebagainya³

Rasa percaya diri yang harus ditempa terlebih dahulu kepada siswa yang memiliki percaya diri tinggi akan mengembangkan minat, bakat, kemampuan dan potensi dalam dirinya. Sebaliknya siswa yang tidak memiliki percaya diri tinggi akan selalu berpikir negatif. Siswa menjadi sulit berhasil untuk menguasai ilmu serta pengetahuan yang sekarang sedang melaju dengan pesat. Diantara rasa kepercayaan yang harus dibangun tersebut adalah rasa percaya kepada diri sendiri.Kepada teman, institusi, dan masyarakat. Dengan kepercayaan diri akan

³ Sofyan S Willis (2004), *Konseling individual Teori dan Praktek*, Jakarta: Alfabeta hal. 50

membuat anak bangsa tidak menjadi superman yang seakan-akan bisa menyelesaikan setiap masalah. Tetapi dengan kepercayaan diri, mereka akan merasa menjadi bagian dari kelompok. Bekerja secara kelompok dalam artian berkolaborasi, sehingga terbentuk super tim yang baik dan bermanfaat bagi sesama tentunya.

Ciri-ciri yang memiliki percaya diri menurut Lauster, cirri seseprang yang memiliki memiliki rasa percaya diri positif di antaranya yaitu :

- a) Keyakinan akan kemampuan diri,yakni sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa mengerti sungguh-sungguh akan apa yang di lakukan.
- b) Optimis, Yakni sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri,harapan dan kemampuan.
- c) Objektif,yakni orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya,bukan menurut kebenaran pribadi atau menurutnya sendiri.
- d) Bertanggung Jawab,yakni kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
- e) Rasional atau realistis,yaitu analisa terhadap suatu masalah,suatu hal,sesuatu kejadian yang menggunkan pemikiran yang di terima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Jadi orang yang memiliki percaya diri memiliki rasa optimis dengan kelebihan yang dimiliki dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Seseorang yang percaya diri merupakan kepribadian yang sangata penting dalam kehidupan seseorang yang percaya diri akan lebih yakin dengan kemampuan dirinya sendiri dan dapat menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang sesuai dengan tahapan perkembangan dengan baik, dirinya merasa berharga, dan mempunyai kemampuan untuk meningkatkan prestasinya, mempertimbangkan berbagai pilihan, serta membuat keputusan sendiri..

Rasa kurang percaya ini muncul karena adanya ketakutan, keresahan, khawatir, rasa tidak yakin yang diiringi dengan rasa berdebar-debar kencang dan tubuh gemeteran yang bersifat kejiwaan atau masalah kejiwaan anak yang disebabkan ransangan dari luar.

Berdasarkan hasil observasi yang ada pada lapangan ketika melakukan Pra penelitian di SMA 15 Bandar Lampung Peneliti menemukan bahwa kondisi percaya diri siswa kebanyakan memiliki sikap kepercayaan diri rendah Hal ini dapat dilihat dari gejala-gejala yang tampak diantaranya tidak berani mengungkapkan pendapat, tidak berani untuk bertanya saat tidak memahami pelajaran, ragu-ragu saat berbicara didepan kelas dan diam saat ditunjuk guru untuk maju kedepan kelas, cenderung diam, tidak percaya diri dengan keputusannya, siswa cenderung menutup diri, siswa tidak percaya bahwa dirinya mampu dalam mengambil keputusan. Jika peserta didik memiliki kepercayaan diri rendah, maka individu tersebut cenderung menutup diri, mudah frustrasi ketika menghadapi kesulitan canggung dalam menghadapi orang dan sulit menerima keadaan dirinya. Maka tugas dan tanggung jawab guru BK di SMAN 15 Bandar Lampung adalah: Yang pertama menyusun program bimbingan dan konseling guru SMAN 15 Bandar Lampung membuat persiapan atau membuat rencana pelayanan semacam persiapan tertulis tentang pelayanan yang akan di laksanakan salah satu contohnya adalah RP (rencana pelajaran), yang ke dua Guru BK di SMAN 15 melaksanakan kegiatan layanan di lakukan oleh guru bk di SMAN 15 Bandar Lampung sesuai dengan perencanaan yang telah di persiapan pada bidang bimbingan pribadi, social, belajar, karir dan kehidupan keluarga, dari beberapa bidang itu di laksanakan melalui beberapa layanan yaitu, layanan orientasi, layanan informasi layanan penyempatan dan penyaluran, layanan penguasaan konten, layanan konseling perorangan, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok dan layanan konseling individu, yang ketiga guru BK Mengevaluasi pelaksanaan bimbingan dan konseling di SMAN 15 Bandar Lampung menguasai pelaksanaan menilai kegiatan keberhasilan

layanan dalam bidang bimbingan pribadi, social, belajar, karir dan kehidupan keluarga, Lalu guru BK di SMAN 15 menganalisis hasil evaluasi pelayanan bimbingan dan konseling

Salah satu upaya guru BK yang dapat dilakukan adalah memberikan layanan bimbingan dan konseling yaitu menggunakan layanan konseling individu yang diyakini dapat menyelesaikan permasalahan dari siswa untuk mengatasi permasalahan kurang percaya diri.

Pelaksanaan layanan konseling individu terdiri dari 3 tahapan yaitu : tahap awal yang mendefinisikan masalah yang ke dua tahap inti atau tahap kerja dan tahap akhir

Tahap Awal peserta didik memperkenalkan diri kepada guru BK SMAN 15 Bandar Lampung lalu guru BK memberikan asas-asas kerahasiaan konseling individu ke peserta didik yang pertama asas kesukarelaan, asas keterbukaan, asas kerahasiaan. Lalu guru BK di SMAN 15 Bandar Lampung memberi kontrak waktu artinya kapan dan berapa lama waktu yang diinginkan kegiatan konseling individu berlangsung lalu guru BK SMAN 15 Bandar Lampung mendefinisikan masalah, jika hubungan peserta didik dan guru BK sudah terjalin dengan baik dan peserta didik telah melibatkan diri maka guru BK harus dapat membantu memperjelas masalah peserta didik. Membuat penafsiran dan penjagaan guru BK berusaha menjabar atau menafsir kemungkinan masalah dan merancang bantuan yang mungkin dilakukan yaitu dengan membangkitkan semua potensi peserta didik dan menentukan berbagai alternatif yang sesuai bagi inspirasi masalah

Tahap Inti (Tahap Kerja) Setelah tahap awal masuk ke tahap kerja guru BK mengeksplorasi masalah peserta didik lebih dalam agar peserta didik mempunyai perspektif dan alternatif baru terhadap masalah yang dialaminya lalu guru BK melakukan reassesmen atau penilaian kembali guru BK dan peserta didik meninjau kembali permasalahan yang dihadapi peserta didik. Jika peserta didik merasa senang terlihat dalam wawancara memecahkan masalah yang di hadapinya. Guru BK juga berupaya kreatif mengembangkan teknik-teknik konseling yang bervariasi dan dapat menunjukkan pribadi yang

jujur. Proses konseling agar berjalan sesuai dengan kontrak kesepakatan yang telah di bangun pada saat kontrak tetap di jaga baik oleh guru bk maupun peserta didik

Tahap Akhir guru BK dan peserta didik membuat kesimpulan hasil dari per sesi

Karena melalui layanan konseling individu, peserta didik dapat memahami kondisi dirinya sendiri, permasalahan yang dialaminya, kelebihan dan kelemahan dirinya sehingga ia mampu mengatasinya. Dengan terentaskannya masalah siswa (klien) maka ia akan lebih mandiri dan mampu mengendalikan diri, sehingga ia memiliki kepercayaan diri yang baik di dalam diri siswa agar dapat membantu mencapai prestasi dan hasil belajar yang lebih baik lagi.

Peserta didik yang memiliki rasa kurang percaya diri cenderung akan selalu memiliki sikap negatif terhadap segala sesuatu yang ia lakukan. Sikap yang tidak percaya diri ini yang akan mengakibatkan peserta didik memiliki perilaku takut mencoba hal baru, merasa asing di lingkungan sekitar, emosi terlihat kaku, mudah sekali frustrasi serta dapat mengesampingkan potensi yang ada pada dirinya. Memiliki rasa kepercayaan diri sangatlah penting bagi setiap individu, karena rasa percaya diri akan mampu melihat totalitas diri sendiri, mengenai karakteristik kepribadian, nilai-nilai kehidupan, moralitas, prinsip dan segala bentuk dari pengalaman dan interaksi terhadap orang lain.

Prayetno mengatakan bahwa “ Layanan konseling individu yaitu layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang pembimbing (konselor) terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien ”,⁴

Berdasarkan hasil pra penelitian, penulis memperoleh data dari guru BK

SMAN 15 Bandar Lampung pada tanggal 28 Februari 2020, dimana data keseluruhan peserta didik kelas XI berjumlah 97 peserta didik yang terdiri dari 4 kelas

⁴ Tohirin, (2014). *Bimbingan Dan Konseling di Sekolah Dan Madrasah (berbasis Integrasi)*, Jakarta : Rajaawali Pers, hal.157-158

Tabel 1
Tabel jumlah data peserta didik
Kelas XI Di SMAN 15 Bandar Lampung

No	Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah	Keterangan
		Laki-laki	Perempuan		
1	XI IPA 1	9	18	27	Ada
2	XI IPA 2	10	23	33	Ada
3	XI IPA 3	6	24	30	Ada
4	XI IPA 4	10	22	32	Ada
Jumlah				97	Ada

Sumber: Dokumentasi Guru BK SMAN 15 Bandar Lampung.

Berdasarkan data tersebut penulis mengambil subjek penelitian yang akan diteliti yaitu kelas XI ipa 3 dengan jumlah 30 peserta didik dengan rincian laki-laki berjumlah 6 peserta didik dan perempuan berjumlah 24 peserta didik.⁵ Penulis menjadikan kelas XI 3 sebagai subjek penelitian karena dari ke 4 kelas XI yang terdapat di SMAN 15 Bandar Lampung, berdasarkan rekomendasi dari guru BK setelah melalui proses wawancara, dokumentasi, dan observasi, kelas XI 3 memiliki jumlah paling banyak peserta didik yang memiliki rasa kurang percaya diri dibandingkan dengan kelas yang lainnya.

⁵ Putri Nuritawati, *Guru Bimbingan dan Konseling di SMAN 15 Bandar Lampung*

Tabel 3
Masalah Percaya Diri Peserta Didik
Kelas XI Di SMAN 15 Bandar Lampung

No	Kelas	Percaya Diri	Tidak Percaya Diri	Jumlah
1	XI IPA 1	23	4	27
2	XI IPA 2	31	2	23
3	XI IPA 3	22	8	30
4	XI IPA 4	29	3	32

Sumber: Dokumentasi Guru Bimbingan dan Konseling Masalah Percaya Diri Peserta Didik Kelas XI 3 di SMAN 15 Bandar Lampung⁶

Tabel 3
Indikator Pencapaian Percaya Diri

No	Indikator Pencapaian Percaya Diri
1	Yakin akan kemampuan dirinya
2	Optimis, selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri harapan dan kemampuan
3	Objektif, selalu percaya diri memandang permasalahan sesuai dengan kebenaran semestinya
4	Bertanggung jawab yakni bersedia untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya
5	Rasional atau realistis

⁶ Putri Nuritawati, Guru Bimbingan dan Konseling di SMAN 15 Bandar Lampung 28 Februari 2020

Tabel 4
Masalah Percaya Diri Peserta Didik Kelas XI Ipa 4 SMAN 15
Bandar Lampung

No	Masalah Kurang Percaya Diri	Nama
1	Tidak yakin akan kemampuan dirinya	MA,TZ dan AZB
2	Selalu berpandangan tidak baik dalam segala hal,masih sering merasa khawatir gagal sebelum mencoba sesuatu	DDN dan HP
3	Peserta didik kurang dalam berkomunikasi dan sulit dalam menyampaikan pendapat serta ide-ide dalam dirinya	OR,RS dan FP

Berdasarkan tabel diatas, jelas bahwa peserta didik kelas XI 3 yang berjumlah 30 peserta didik, yang memiliki rasa kurang percaya diri terlihat dalam tabel masalah percaya diri peserta didik tersebut dimana terdapat 8 peserta didik yang mengalami masalah percaya diri diantaranya terdapat 3 peserta didik mengalami masalah masih sering menganggap kemampuan dirinya rendah dan cenderung pesimis, dengan inisial MA, TY, dan AZB, terdapat 2 peserta didik yang mengalami masalah sering merasa khawatir gagal sebelum mencoba sesuatu, sehingga tidak berani memasang target untuk berhasil iyalah dengan inisial DDN dan HP, terdapat 3 peserta didik yang mengalami masalah kurang dalam berkomunikasi dan sulit dalam menyampaikan pendapat serta ide-ide dalam dirinya, yaitu OR, RS dan FP.Data pada tabel diperoleh dari dokumentasi buku catatan permasalahan peserta didik oleh guru Bimbingan dan Konseling, informasi dari wali kelas dan dari laporan beberapa peserta didik yang memang mengalami masalah kurang percaya diri terutama dalam hal malu dan tidak berani dalam mengungkapkan pendapat. Berikut dibuktikan dengan adanya pernyataan langsung dari peserta didik yang mengalami masalah dalam kepercayaan dirinya.

Berikut pernyataan salah satu peserta didik pada saat penulis melaksanakan pra penelitian yang menyatakan bahwa:

“saya ini suka takut, malu, bahkan suka tidak berani jika disuruh maju ke depan kelas untuk menyampaikan hal apapun itu, bahkan saya cenderung lebih banyak diam karena takut jika diminta untuk menjawab atau mengajukan pendapat atau argumen, terkadang saya juga suka bingung untuk menyampaikan ide-ide yang ada dalam pikiran, bahkan terkadang suka saya kasih jawaban kepada kawan saya dan dia yang sering maju ke depan untuk menjawab dan menjelaskan apa yang di minta oleh guru”⁷

Terkait dengan hal tersebut, dimana upaya dan peranan guru bimbingan konseling sangat penting dalam membangun kualitas peserta didiknya yang berhubungan dengan rasa percaya diri. Di dalam bimbingan dan konseling mempunyai beberapa layanan yang harus diberikan kepada peserta didik sebagai upaya yang bisa dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan percaya diri peserta didik, diantaranya layanan yang dapat diberikan pada peserta didik adalah layanan konseling individu.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan upaya yang telah guru bimbingan dan konseling berikan yaitu melalui layanan konseling individu. Sebab layanan konseling individu dapat menumbuhkan dan meningkatkan kepercayaan diri dalam menyampaikan pendapatnya. Upaya yang diberikan guru BK dengan menggunakan konseling individu sangat berguna bagi para peserta didik karena memberikan kesempatan untuk mengekspresikan perasaan, konflik, dan merealisasikan bahwa mereka senang berbagi perhatian dengan konselornya. Kemudian, konseling individu juga memberikan kesempatan untuk berinteraksi sehingga dapat menyampaikan apa yang ingin disampaikan dan dapat saling membantu dalam hal berbagi perhatian dan penerimaan diri dari topik yang akan dibahas.

⁷ Peserta Didik, *Wawancara*, Tanggal 28 Februari 2020

Berikut hasil wawancara penulis dengan Guru SMAN 15 Bandar Lampung Ibu Putri Nuritawati, S.Pd, selaku Guru Bimbingan dan Konseling sebagai berikut:

“Selaku guru BK di SMAN 15 Bandar Lampung, selama saya mengajar dengan silih bergantinya masalah-masalah yang sering terjadi terhadap peserta didik yaitu pertama masalah membolos, tidak disiplin, tidak percaya diri, bingung dalam masalah karier, masalah keluarga sehingga berdampak pada prestasi anak, dan lainnya yang terjadi di kelas XI angkatan tahun pelajaran 2019/2020 ini mereka banyak yang tidak percaya diri, dari laporan wali kelas dan guru bidang studi terdapat beberapa anak yang kurang dalam percaya dirinya terutama di XI 3, terdapat 8 anak yang kurang percaya diri ditandai dengan jika diminta untuk maju ke depan mereka tidak berani bilanganya takut atau ada yang diam duduk saja di kursinya, ada pula yang sulit dalam menyampaikan pendapat dan ide-ide dalam dirinya padahal anaknya pintar. Nah untuk mengatasi masalah-masalah tersebut upaya yang selama ini sudah saya lakukan yaitu saya memberikan layanan Konseling individu untuk mengungkapkan permasalahan yang sedang dialaminya tersebut, tujuannya agar anak menjadi berani⁸

Berdasarkan paparan diatas menjelaskan bahwa dengan adanya layanan konseling individu diharapkan agar siswa dapat memecahkan masalah yang dihadapi dan siswa dapat belajar dengan tenang tanpa ada beban yang ada dalam pikirannya, sehingga secara tidak langsung dapat menumbuhkan kepercayaan diri siswa serta meningkatkan prestasi belajar yang akan mendorong tercapainya cita-cita yang menjadi tujuan dalam hidup dikemudian hari. Sehingga terhindarnya siswa dari ketidakpercayaan diri dalam menyampaikan pendapatnya baik didalam kelas maupun diluar kelas.

Dengan demikian, berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, bahwa untuk membangun kepercayaan diri siswa itu sangat penting, maka penulis tertarik untuk melakukan

⁸ Putri Nuritawati, Guru BK SMPN 2 Menggala. *Wawancara*, tanggal 28 Februari 2020

penelitian yang berjudul **“Upaya Guru BK Melalui Konseling Individu Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Di SMAN 15 Bandar Lampung**

D. Sub Fokus Penelitian

Untuk memberikan batasan dan ruang lingkup permasalahan yang akan diteliti, maka ditetapkan sebagai fokus penelitian ini adalah :

1. Keadaan Kepercayaan Diri Siswa di SMAN 15 Bandar Lampung.
2. Faktor-faktor penyebab ketidak percayaan diri siswa di SMAN 15 Bandar Lampung
3. Upaya Guru BK Dalam Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Layanan konseling individu.

E. Rumusan Masalah

Adapun yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana upaya guru bk dalam menumbuhkan kepercayaan diri siswa melalui layanan konseling individu?

F. Tujuan Penelitian

Untuk dapat memahami tujuan penelitian ini, perlu diketahui bahwa penelitian ini bertujuan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana upaya Guru BK dalam menumbuhkan kepercayaan diri siswa melalui layanan konseling individu.

G. Kegunaan atau Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini mempunyai kegunaan dan manfaat. Adapun manfaat atau kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah dan memperkaya wawasan, serta dapat mengembangkan kegiatan bimbingan konseling disekolah,

khususnya mengenai upaya Guru BK dalam menumbuhkan kepercayaan diri siswa melalui layanan konseling individu.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Siswa

Memberikan informasi mengenai manfaat dan kegunaan layanan konseling individu serta memberi pengetahuan bahwa didalam bimbingan konseling terdapat layanan konseling individu. Selanjutnya memberikan masukan dan menambah pengetahuan serta informasi kepada siswa mengenai bagaimana menumbuhkan rasa percaya diri baik di lingkungan sekolah maupun luar sekolah.

b) Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Sebagai bahan masukan dan saran dalam menumbuhkan kepercayaan diri siswa dalam lingkungan sekolah antara guru dengan guru, guru dengan siswa, maupun siswa dengan siswa, melalui layanan konseling individu serta sebagai bahan kajian bagi guru pembimbing (konselor) sekolah untuk menangani permasalahan peserta didik dengan menggunakan layanan konseling individu dalam mengentaskan masalah peserta didik.

c) Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan tentang gambaran langsung dilapangan sebagai guru bimbingan dan konseling disekolah. Sebagai persiapan peneliti untuk jadi guru bimbingan dan konseling yang profesional, selain itu jika ditinjau dari segi praktis dan khususnya adalah sebagai salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) Fakultas Tarbiah, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung (UIN)

BAB II KAJIAN TEORI

A. GURU BIMBINGAN KONSELING

1. Pengertian Guru Bimbingan Konseling

Guru adalah figur yang menarik perhatian semua orang, baik dalam keluarga, masyarakat, atau di sekolah.⁹ Bimbingan dan Konseling merupakan perpaduan antara dua suku kata yaitu Bimbingan dan Konseling yang merupakan terjemahan dari “*guidance*” dan “*counselling*”. Pada kesempatan ini peneliti akan mendefinisikan satu persatu makna dari Bimbingan dan Konseling sesuai dengan pendapat para ahli. Frank Pearson berpendapat bahwa:

“bimbingan adalah sebuah proses bantuan yang diberikan oleh seorang ahli (konselor) kepada individu (klien) untuk dapat memilih, mempersiapkan diri, mengambil sebuah keputusan dan menduduki suatu jabatan serta mendapat kemajuan dalam jabatan yang dipilihnya”¹⁰.

Adapun pengertian bimbingan menurut Depdikbud tahun 1994 berdasarkan pasal 27 peraturan pemerintah nomor 29/90, “bimbingan merupakan bantuan yang diberikan kepada siswa dalam rangka upaya menemukan pribadi, mengenal lingkungan, dan merencanakan masa depan”¹¹.

Organisasi ASCA juga berpendapat bahwa konseling adalah hubungan tatap muka yang bersifat rahasia, penuh dengan sikap penerimaan dan pemberian kesempatan dari konselor kepada klien, konselor mempergunakan

⁹ Syaiful Bahri Djamarah, *Psikologi Belajar*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2011), h. 104

¹⁰ Prayitno & Erman Amti. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), h. 93

¹¹ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), h. 36

pengetahuan dan keterampilannya untuk membantu kliennya mengatasi masalah-masalahnya¹²

Deskripsi di atas dapat disimpulkan bahwa guru bimbingan konseling adalah seseorang yang memiliki kemampuan untuk memberikan bantuan kepada individu/kelompok baik anak-anak, remaja, orang dewasa yang dilakukan secara langsung maupun tidak langsung agar individu/kelompok tersebut mandiri dan dapat mengembangkan potensinya secara optimal dalam hubungan pribadi, sosial, belajar, dan karir serta teratasinya masalah yang dihadapi melalui berbagai jenis layanan

dan kegiatan pendukung atas dasar norma-norma yang berlaku untuk tujuan yang berguna bagi konseli/klien.

2. Konsep Dasar Guru Bimbingan Konseling

a. Guru Bimbingan Konseling

Dalam pendidikan umum yang dimaksud guru adalah seorang pendidik di lembaga pendidikan persekolahan. Secara istilah pendidik adalah individu yang bertanggung jawab terhadap perkembangan peserta didik dengan mengupayakan perkembangan seluruh potensi peserta didik, baik potensi efektif, kognitif, maupun psikomotor. Dalam alqur'an surat Al-Mujadillah ayat 11 menjelaskan bahwa:

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اِذَا قِيْلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوْا فِى الْمَجْلِسِ
فَافْسَحُوْا يَفْسَحِ اللّٰهُ لَكُمْ ۖ وَاِذَا قِيْلَ اَنْشُرُوْا فَاَنْشُرُوْا يَرْفَعِ اللّٰهُ
الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا مِنْكُمْ ۗ وَالَّذِيْنَ اٰتُوْا الْعِلْمَ دَرَجٰتٍ ۚ وَاللّٰهُ بِمَا
تَعْمَلُوْنَ خَبِيْرٌ

Artinya: “Hai orang-orang beriman apabila kamu dikatakan kepadamu” “Berlapang-lapanglah

¹² Syamsu Yusuf & Nurihsan Juntika. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009), h 8.

dalam majlis”, Maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. dan apabila dikatakan: “Berdirilah kamu”, Maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman diantaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan”. (QS. Al Mujadillah: 11).¹³

Berdasarkan ayat 11 QS Al-Mujadillah menjelaskan bahwa guru BK adalah unsur utama pelaksanaan bimbingan di sekolah. Guru BK adalah guru yang mempunyai tugas, tanggung jawab, berwenang, dan memiliki hak secara penuh dalam kegiatan bimbingan dan konseling terhadap sejumlah peserta didik. Peran seorang guru BK sebagai seorang konselor bagi peserta didik adalah memberi pemahaman terhadap kemampuan diri sendiri supaya meningkatkan dan mampu memecahkan berbagai masalah secara individual

Konselor adalah pihak yang membantu klien dalam proses konseling. Sebagai pihak yang paling memahami dasar dan teknik konseling secara luas, konselor dalam menjalankan perannya bertindak sebagai fasilitator bagi klien.¹⁴ Dalam ajaran Islam yang berkaitan dengan bimbingan konseling dan kehidupan manusia memang cukup menarik. Hal ini tidak terlepas dari tugas para Nabi yang membimbing dan mengarahkan manusia kearah kebaikan yang hakiki dan juga para Nabi sebagai figur konselor dalam memecahkan permasalahan (problem solving) yang berkaitan dengan jiwa manusia, agar manusia keluar dari tipu daya syaitan. Seperti tercantum dalam ayat Al- Ash ayat 1-3, sebagai berikut ini :

¹³ Departemen RI. *Al-Qur'an Dan Terjemahan ,Al-Mujadalah:11*, h. 545

¹⁴ Fitriana, *Peranan Guru Bk dalam Membangun Kepercayaan Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok di Man Lubuk Pakam*, 9

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

Artinya: “Demi masa, Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran”.(QS. Al-Ashr: 1-3).¹⁵

b. Peran Guru BK

1) Memberi Layanan Bimbingan Dan Konseling

Guru BK di sekolah bertugas memberi layanan bimbingan dan konseling untuk kepentingan siswa. Berkaitan dengan hal tersebut Ericson mengatakan bahwa kegiatan pelayanan bimbingan konseling meliputi : ¹⁶ *Individual Inventory, the counseling, te information service, the placement services, and the follow up services.* Dapat dipertegas bahwa tugas guru pembimbing adalah :

- a) Memasyarakatkan pelayanan bimbingan dan konseling.
- b) Merencanakan program bimbingan dan konseling terutama program satuan layanan dan satuan pendukung.
- c) Melaksanakan segenap program satuan layanan bimbingan dan konseling.
- d) Melaksanakan program layanan pendukung.
- e) Menilai proses dan hasil pelaksanaan satuan layanan dan satuan pendukung bimbingan dan konseling.
- f) Menganalisis hasil penilaian layanan dan kegiatan pendukung bimbingan dan konseling.

¹⁵ Departemen Agama RI, *Mushaf Muslimah Al-Qur'an Dan Terjemaha*, Al-Ash:1-3. 601

- g) Melaksanakan tindak lanjut berdasarkan hasil penilaian layanan dan kegiatan pendukung bimbingan dan konseling.
- h) Mengadministrasikan kegiatan satuan layanan dan satuan pendukung bimbingan dan konseling yang dilaksanakan.
- i) Mempertanggung jawabkan bimbingan dan konseling pelaksanaan tugas dan kegiatannya dalam pelayanan bimbingan dan konseling secara menyeluruh kepada koordinator bimbingan dan konseling dan kepala sekolah.¹⁷

Dalam konteks pemberian layanan bimbingan dan konseling. Prayetno mengatakan bahwa “ Pemberian layanan konseling meliputi layanan orientasi, layanan informasi, penempatan dan penyaluran, penguasaan konten, konseling perorangan, bimbingan kelompok, konseling kelompok, konsultasi, mediasi, dan advokasi¹⁸

Guru pembimbing (konselor) di sekolah harus mampu melaksanakan kesepuluh layanan bimbingan dan konseling tersebut agar setiap permasalahan yang dihadapi siswa dapat diantisipasi sedini mungkin sehingga tidak mengganggu jalannya proses pembelajaran. Dengan demikian, siswa dapat mencapai prestasi belajar secara optimal tanpa mengalami hambatan dan permasalahan pembelajaran yang cukup berarti. Dalam Al-Qur'an Surat An Nahl, Allah SWT berfirman :

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ ۚ وَجَدِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ۚ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۚ وَهُوَ أَعْلَمُ
بِالْمُهْتَدِينَ ﴿١٢٥﴾

¹⁷ Ibid, hal.49

¹⁸ Prayetno,(2004), *Layanan L1-L9*, Padang : FIP Universitas Negeri

Artinya: “ Serulah (manusia) kepada jalan Tuhanmu dengan hikmah dan pengajaran yang baik, dan berdebatlah dengan mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu, Dialah yang lebih mengetahui siapa yang sesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui siapa yang mendapat petunjuk.”. (Q.S An Nahl : 125).¹⁹

Dengan kata lain manusia diharapkan saling memberi bimbingan sesuai dengan kemampuan dan kapasitas manusia itu sendiri, sekaligus memberi konseling agar tetap sabar dan tawakkal dalam menghadapi perjalanan kehidupan yang sebenarnya

3. Karakteristik Guru Bimbingan Konseling

Karakteristik yang wajib dipenuhi oleh seorang konselor untuk mencapai keberhasilannya dalam proses konseling. Menurut pandangan Carl Roger sebagai dasar konseling, Roger menyebutkan ada tiga karakteristik utama yang dimiliki oleh konselor yaitu sebagai berikut :

a) Congruence

Seorang konselor terlebih dahulu harus memahami dirinya sendiri, antara pikiran, perasaan, dan pengalamannya harus serasi. Konselor harus bersungguh-sungguh harus menjadi dirinya sendiri, tanpa menutupi kekurangan yang ada pada dirinya.²⁰

b) Unconditional Positif Regard

Seorang konselor harus dapat menerima respek kepada klien walaupun dengan keadaan yang tidak dapat diterima oleh lingkungan. Setiap individu menjalani kehidupannya dengan membawa segala nilai-nilai dan kebutuhan yang dimilikinya. Rogers mengatakan bahwa setiap manusia memiliki potensi untuk mengaktualisasikan dirinya kearah yang lebih baik.

¹⁹ Departemen Agama RI (2012), *Al-Quran dan Terjemah*, Jakarta Timur : PT. Surya Prisma Sinergi, hal. 282

²⁰ Abu Bakar M. Luddin, (2009), *Kinerja Kepala Sekolah Dalam Kegiatan Bimbingan Dan Konseling* hal. 50

Untuk itulah, konselor harus memberikan kepercayaan kepada klien untuk mengembangkan diri mereka

c) Empathy

Empathy adalah memahami orang lain dari sudut kerangka berpikirnya. selain itu, empati yang dirasakan juga harus ditunjukkan. Konselor harus dapat menyingkirkan nilai-nilainya sendiri, tetapi tidak boleh larut dalam nilai-nilai klien.

Rogers mengatakan bahwa empati adalah “Kemampuan yang dapat merasakan dunia pribadi klien tanpa kehilangan kesadaran diri. Ia menyebutkan komponen dalam empati yang meliputi : penghargaan positif (*Regard*), rasa hormat (*Respect*), kehangatan (*warmth*), kekonkretan (*concretenss*), kesiapan kesegaran (*ummiidiacy*), konfrontasi (*confrontation*), dan keaslian (*congruance genuiness*).”

4. Tugas dan Tanggung Jawab Guru BK

Sebagaimana yang telah diamanatkan SK N.84/ 1993 ada lima tugas yang menjadi tanggung jawab guru pembimbing yaitu sebagai berikut :²¹

a) Menyusun program bimbingan dan konseling

Tugas pokok utama guru pembimbing adalah membuat persiapan atau membuat rencana pelayanan, semacam persiapan tertulis tentang pelayanan yang akan dilaksanakan. Apabila guru bidang studi dituntut untuk membuat SAP (satuan acara pembelajaran), RP (Rencana Pembelajaran) maka guru pembimbing juga dituntut untuk membuat tugas pokok yang sama yaitu rencana pelayanan atau dikenal SATLAN (satual layanan).

Ada beberapa macam program kegiatan yang perlu disusun oleh guru pembimbing yaitu :

- 1). Program tahunan,
- 2). caturwulan,
- 3). Bulanan,
- 4). Program mingguan,

²¹ Ibid, hal. 51

5). Program harian.

b) Melaksanakan Program Bimbingan dan Konseling

Pelaksanaan kegiatan layanan dilakukan sesuai dengan perencanaan yang telah dipersiapkan pada bidang bimbingan pribadi, sosial, belajar, karir, kehidupan berkeluarga, kehidupan pekerjaan, kehidupan keberagamaan, dan kehidupan kemasyarakatan. Dilaksanakan melalui sepuluh layanan yaitu layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan dan penyaluran, layanan penguasaan konten, layanan konseling perorangan, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok, layanan konsultasi, layanan mediasi dan layanan advokasi.

c) Mengevaluasi pelaksanaan Bimbingan dan Konseling

Evaluasi pelaksanaan bimbingan dan konseling merupakan kegiatan menilai keberhasilan layanan dalam bidang bimbingan pribadi, sosial, belajar, karir, kehidupan berkeluarga, kehidupan pekerjaan, kehidupan keberagamaan, dan kehidupan kemasyarakatan. Kegiatan mengevaluasi itu juga kegiatan menilai keberhasilan jenis-jenis layanan yang dilaksanakan. Evaluasi pelaksanaan BK dilakukan pada setiap selesai layanan yang diberikan baik pada jenis layanan maupun kegiatan pendukung.

d) Menganalisis Hasil Evaluasi Pelayanan Bimbingan Dan Konseling

Hasil evaluasi (tahap tiga) perlu dianalisis untuk mengetahui seluk beluk kemajuan dan perkembangan yang diperoleh siswa melalui program satuan layanan.

e) Tindak Lanjut Pelaksanaan Program

Upaya tindak lanjut didasarkan pada hasil analisis. Menurut Prayetno ada tiga kemungkinan kegiatan tindak lanjut yang dapat dilakukan guru pembimbing²²

²² Abu Bakar M. Luddin, (2009), *Kinerja Kepala Sekolah Dalam Kegiatan Bimbingan Dan Konseling* hal. 51

B. KONSEP DASAR LAYANAN KONSELING INDIVIDU

1. Pengertian Layanan Konseling Individu

Konseling adalah suatu proses yang terjadi dalam hubungan seseorang dengan seseorang yaitu individu yang mengalami masalah yang tak dapat diatasinya, dengan seorang petugas profesional yang telah memperoleh latihan dan pengalaman untuk membantu klien memecahkan masalahnya²³

Layanan konseling individu adalah layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara konselor dan klien, membahas berbagai hal tentang masalah yang dihadapi klien, atau konseling individual adalah proses belajar melalui hubungan khusus secara pribadi dalam wawancara antara seorang konselor dengan konseli (siswa).²⁴

Menurut Prayitno, “Layanan konseling individu adalah layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara klien dan konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Pembahasan tersebut bersifat mendalam menyentuh hal-hal penting tentang diri klien (bahkan sangat penting yang boleh penyangkut rahasia pribadi klien). Bersifat meluas meliputi berbagai sisi yang menyangkut permasalahan klien, namun juga bersifat spesifik menuju ke arah pengentasan masalah.”²⁵ Sedangkan menurut Abu Bakar M. Luddin, “layanan konseling individu adalah layanan konseling dalam rangka membantu individu membahas dan mengentaskan masalah

²³ Willis S. Sofyan (2004), *Konseling Individual Teori dan Praktek*, Jakarta : Cv Alfabeta hal.18

²⁴ Ahmad Juntika Nurihsan, (2007), *Strategi Layanan Bimbingan Konseling*, Bandung : Rafika Adhi Tama hal.10

²⁵ Prayitno, (2017), *Konseling Profesional Yang Berhasil, Layanan Dan Kegiatan Pendukung*, Jakarta : PT Raja Grafindo Persada hal.107

yang dialaminya dengan bertatap muka secara langsung dengan pembimbing atau guru BK.²⁶

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa layanan konseling individu adalah suatu proses bantuan yang memungkinkan siswa mendapatkan layanan langsung yang diberikan pembimbing atau guru BK kepada klien (siswa) secara tatap muka agar klien dapat mengatasi masalahnya serta klien memahami dan menerima dirinya untuk memperoleh tujuan-tujuan hidup yang lebih realistis dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahan.

2. Tujuan Layanan Konseling Individu

Tujuan layanan konseling individu adalah agar klien memahami kondisi dirinya sendiri, lingkungannya, permasalahan yang dialaminya, kekuatan dan kelemahan dirinya sehingga klien mampu mengatasinya. Dengan perkataan lain, konseling individu bertujuan untuk mengentaskan masalah yang dialami klien.

Secara lebih khusus, tujuan layanan konseling individu adalah merujuk kepada fungsi-fungsi bimbingan dan konseling.

- a) Merujuk kepada fungsi pemahaman, maka tujuan layanan konseling individu adalah agar klien memahami seluk-beluk yang dialami secara mendalam dan komprehensif, positif, dan dinamis.
- b) Merujuk kepada fungsi pengentasan, maka layanan konseling individu bertujuan untuk mengentaskan klien dari masalah yang dihadapinya.
- c) Dilihat dari fungsi pengembangan dan pemeliharaan, tujuan layanan konseling individu adalah untuk mengembangkan potensi-potensi individu dan memelihara unsur-unsur positif yang ada pada diri klien²⁷

²⁶ Abu Bakar M. Luddin (2012), *Psikologi Konseling*, Bandung : Citapustaka Media Perintis, hal. 150

²⁷ Tohirin, (2014). *Bimbingan Dan Konseling di Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, Jakarta : Rajaawali Pers, hal.158-159

- d) Fungsi pencegahan, dilihat dari fungsi nya ialah pengembangan dan pemeliharaan potensi dan unsur-unsur positif yang ada pada diri klien, diperkuat oleh terentaskannya masalah, akan merupakan kekuatan bagi tercegah menjalarnya masalah yang sekaranag sedang dialami itu, serta (diharapkan) tercegah pula masalah-masalah baru yang mungkin timbul.
- e) Apabila masalah yang dialami klien mengakut dilanggarnya hak-hak klien sehingga klien teraniaya dalam kadar tertentu, layanan konseling individu dapat menangani sasaran yang bersifat advokasi (fungsi advokasi).

Melalui layanan konseling individu klien memiliki kemampuan untuk membela diri sendiri menghadapi keteraniayaan atas hak-haknya itu.²⁸

3. Isi Layanan Konseling Individu

Berbeda dengan layanan-layanan lain, isi layanan konseling individu tidak ditentukan oleh konselor (pembimbing) sebelum proses konseling dilaksanakan. Dengan perkataan lain, masalah yang dibicarakan dalam konseling perorangan tidak ditetapkan oleh konselor sebelum proses konseling dilaksanakan. Persoalan atau masalah sesungguhnya baru dapat diketahui setelah dilakukan identifikasi melalui proses konseling. Setelah dilakukan identifikasi baru ditetapkan masalah mana yang akan dibicarakan dan dicarikan alternatif pemecahannya melalui proses pemecahan masalah.

Masalah-masalah yang bisa dijadikan isi layanan konseling individu mencakup:

- 1) masalah-masalah yang berkenaan dengan bidang pengembangan pribadi,
- 2) bidang pengembangan sosial,
- 3) bidang pengembangan pendidikan atau kegiatan belajar,
- 4) bidang pengembangan karier,
- 5) bidang pengembangan kehidupan keluarga,

²⁸ Ibid, hal.109-110

dan (i) bidang pengembangan kehidupan beragama.²⁹

4. Komponen dalam Layanan Konseling Individu

Dalam layanan konseling individu berperan dua pihak, yaitu seorang konselor dan seorang klien.

a) Konselor

Konselor adalah seorang ahli dalam bidang konseling, yang memiliki kewenangan dan mandat secara profesional untuk melaksanakan kegiatan pelayanan konseling. Dalam layanan konseling individu konselor menjadi aktor yang secara aktif mengembangkan proses konseling melalui dioperasionalkannya pendekatan, teknik dan asas-asas konseling terhadap klien. Dalam proses konseling, selain media pembicaraan verbal, konselor juga dapat menggunakan media tulisan, gambar, media elektronik, dan media pembelajaran lainnya. Semua hal itu diupayakan dengan cara-cara cermat, tepat dan berhasil demi terentaskannya masalah yang dialami klien.

b) Klien

Klien adalah seorang individu yang sedang mengalami masalah, atau setidaknya sedang mengalami sesuatu yang ingin ia sampaikan kepada orang lain. Klien menanggung semacam beban, uneg-uneg, atau mengalami suatu kekurangan yang ingin ia isi. Bisa juga ada sesuatu yang ingin atau perlu dikembangkan pada dirinya.³⁰

5. Asas-asas Layanan Konseling Individu

Kegiatan layanan konseling individu tidak terlepas dari asas- asas yang harus dipatuhi agar tujuan layanan konseling individu dapat tercapai dengan baik, maka asas-asas diantaranya yaitu :³¹

a) Asas Kegiatan

Kekhasan yang paling mendasar layanan ini adalah hubungan interpersonal yang amat intens antara klien dan

²⁹ Ibid. Hal. 110

³⁰ Ibid. Hal. 110

³¹ Ibid. Hal. 112-114

konselor. Hubungan ini benar benar-benar sangat mempribadi, sehingga boleh dikatakan antara kedua pribadi itu “saling masuk memasuki”. Proses layanan konseling dikembangkan sejalan dengan suasana yang demikian, sambil di dalamnya dibangun kemampuan khusus klien untuk keperluan kehidupannya. Asas-asas konseling memperlancar proses dan memperkuat bangunan yang ada di dalam layanan konseling individu.

b) Etika Dasar Konseling

Dasar etika konseling yang dikemukakan oleh Munro, Manthei & Small, yaitu kerahasiaan, kesukarelaan dan keputusan yang diambil oleh klien sendiri, mendasari seluruh kegiatan layanan konseling individu.

1) Kerahasiaan

Tidak pelak lagi, hubungan interpersonal yang amat intens sanggup membongkar berbagai isi pribadi yang paling dalam sekali pun, terutama pada sisi klien. Untuk ini asas kerahasiaan menjadi jaminannya. Segenap rahasia pribadi klien yang terbongkar menjadi tanggung jawab penuh konselor untuk melindunginya. Keyakinan klien akan adanya perlindungan yang demikian itu menjadi jaminan untuk suksesnya pelayanan.

2) Kesukarelaan dan Keterbukaan

Kesukarelaan penuh klien untuk menjalani proses layanan konseling individu ini bersama konselor menjaadi buah dari terjaminya kerahasiaan pribadi klien. Asas kerahasiaan dan kesukarelaan akan menghasilkan keterbukaan klien.

3) Keputusan Diambil oleh Klien Sendiri

Inilah asas yang secara langsung menunjang kemandirian klien. Berkat rangsangan dan dorongan konselor agar klien berpikir, menganalisis, menilai, dan menyimpulkan sendiri, mempersepsi, merasakan dan bersikap sendiri atas apa yang ada pada diri sendiri dan lingkungannya. Akhirnya klien mampu mengambil keputusan sendiri untuk bertindak dan

mampu bertanggung jawab serta menanggung risiko yang mungkin ada sebagai akibat keputusan tersebut.

4) Asas Kekinian dan Kegiatan

Asas kekinian diterapkan sejak awal konselor bertemu klien, dengan nuansa kekinianlah semua proses layanan dikembangkan. Klien dituntut untuk benar-benar aktif menjalani proses perbantuan melalui layanan konseling individu, dari awal dan selama proses layanan, sampai pada periode pasca layanan.

5) Asas Kenormatifan dan Keahlian

Segenap aspek teknis dan isi layanan konseling perorangan adalah normatif, tidak boleh satupun yang terlepas dari kaedah-kaedah dan norma-norma yang berlaku, baik norma agama, adat, hukum, ilmu dan kebiasaan. Klien dan konselor terikat sepenuhnya oleh nilai-nilai dan norma yang berlaku. Sebagai ahli dalam pelayanan konseling, konselor mencurahkan keahlian profesionalnya dalam pengembangan konseling individu untuk kepentingan klien dengan menetapkan segenap asas tersebut diatas.

6. Kegiatan Pendukung Layanan Konseling Individu

Adapun kegiatan-kegiatan pendukung layanan konseling individu adalah:

- 1) Aplikasi Instrumentasi. Dalam layanan konseling individu, hasil instrumenasi seperti hasil tes, hasil ujian, hasil AUM (Alat Ungkap Masalah), Sosiometri dan lain-lain dapat dijadikan dasar untuk pemberian bantuan atau layanan kepada individu.
- 2) Himpunan data. Seperti hasil instrumentasi, data yang tercantum dalam himpunan data selain dapat dijadikan pertimbangan untuk memanggil siswa juga dapat dijadikan konten yang diwacanakan dalam layanan konseling individu.
- 3) Konferensi kasus. Bertujuan untuk memperoleh data tambahan tentang klien dan untuk memperoleh dukungan serta kerja sama dari berbagai pihak terutama

pihak yang diundang dalam konferensi kasus untuk pengentasan masalah siswa.

- 4) Kunjungan rumah. Bertujuan untuk memperoleh data tambahan tentang klien. Selain itu juga untuk memperoleh dukungan dan kerja sama orang tua dalam rangka mengentaskan masalah siswa.
- 5) Alih tangan kasus. Tidak semua masalah yang dialami individu (siswa) menjadi kewenangan konselor (pembimbing) untuk menanganinya. Dengan perkataan lain semua masalah yang dialami klien (siswa) berada, dalam kemampuan konselor (pembimbing) untuk menanganinya. Masalah-masalah yang dialami siswa seperti: kriminal, penyakit jasmani, dan spiritual merupakan sederhana masalah tidak menjadi wewenang konselor (pembimbing) untuk menanganinya. Apabila masalah-masalah di atas terjadi pada klien dan siswa datang ke pembimbing atau konselor untuk meminta bantuan, pembimbing atau konselor harus mengalihkan tanggung jawab memberikan layanan kepada pihak lain yang lebih mengetahui.

7. Tahap-Tahap Layanan Konseling Individu

Proses konseling terlaksana karena hubungan konseling berjalan dengan baik. Menurut Brammer (1979) proses konseling adalah peristiwa yang telah berlangsung dan member makna bagi peserta konseling tersebut (konselor dan klien)³²

Setiap tahapan proses konseling individu membutuhkan keterampilan-keterampilan khusus. Namun keterampilan-ketrampilan ini bukanlah yang utama jika hubungan konseling individu tidak mencapai rapport. Dengan demikian proses konseling individu ini tidak dirasakan oleh

³² Will.S.Sofyan, *Konseling Individual Teori Dan Praktek* (Bandung, CV Alfabeta, 2007) hal: 50

klien sebagai hal yang nejemukan. Sebagai umum proses konseling individu di bagi atas tiga tahapan³³

a) Tahap Awal

Tahap ini terjadi sejak klien menemui konselor hingga berjalan proses konseling samapi konselor dank lien menemukan definisi masalah klien atas dasar isu,kepedulia,atau masalah klien.Adapun proses konseling tahap awal sebagai berikut

- 1) Membangun Hubungan Konseling Yang Melibatkan Klien Hubungan konseling bermakna ialah jika klien terlibat berdiskusi dengan konselor.hubungan tersebut dinamakan a working realitionship,yakni hubungan yang berpungsi,bermakna dan berguna.Keberhasilan proses konseling individu amat ditentukan oleh keberhasilan pada tahap awal ini.
- 2) Memperjelas dan mendefinisikan masalah Jika hubungan konselor telah terjalin dengan baik dimana klien telah melibatkan diri,artinya kerja sama antara konselor dengan klien akan dapat mengangkat isu,kepedulia atau masalah yang ada pada klien
- 3) Membuat penafsiran dan penjajakan konselor berusaha menjajaki atau menfasir kemungkinan untuk mengembangkan isu atau masalah
- 4) Menegosiasikan kontrak
Kontraka artinya perjanjian atara konselor dengan klien.
 - i. Kontrrak waktu,artinya kapan dan berapa lama waktu yang diinginkan berkaitan dengan pertemuan oleh klien dan apakah konselor tidak keberatan.
 - ii. Kontrak tugas artinya ada pembagian konselor tugasnya apa dan tugas klien apa
 - iii. Kontrak kerjasama dan proses konseling,kontrak menggarikan kegiatan konseling,termasuk kegiatan klien dan konselor.Artinya mengandung

³³ Ibid:51

makna bahwa konseling adalah urusan yang saling di tunjuk,dan bukan pekerjaan konselor sebagai ahli saja.Di sampung itu juga mengandung makna dan tanggung jawab klien dan ajakan untuk kerja sama dalam proses konseling

b) Tahap Pertengahan (Tahap Kerja)

Berangkat dari definisi masalah klien yang di sepakati pada tahap awal,kegiatan selanjutnya adalah memfokuskan pada :

1. Penjelajahan masalah klien.
2. Bantuan apa saja yang akan diberikan berdasarkan penilaian kemali apa saja yang di jelajah tentang masalah klien.

Menilai kembali masalah klien akan membantu klien memperpleh perspektif baru,alternative baru,yang mungkin berbeda dari sebelumnya,dalam rangka mengamli keputusan dan tindakan,dengan adanya persfektif baru maka klien sulit utuk berubah

Adapun tujan dari tahap pertengahan ini:

- i. Menjelajahi dan mengeksplorasi maalah,isu,dan kepedulian klien lebih jauh.

Dengan penjelajahan ini,konselor berusaha agar klien mempunyai persfektif dan alternatif baru terhadap masalahnya

- ii. Menjaga agar hubungan konseling slalu terpelihara
- iii. klien merasa senang terlibat dalam pembicaraan atau wawancara konseling,serta menampakkan kebutuhan untuk mengembangkan potensi diri dan memecahkan masalah.
- iv. konselor beubapaya kreatf dengan keterampilan yang bervariasi,serta memelihara keramahan,empati,kejujuran,keiklasan dalam member bantuan

3. Proses Konseling Agar sesuai kontrak

- i. Mengkomunikasikan nilai-nilai inti yakni agar klien slalu jujur dan terbuka,dan menggali lebih dalam mmasalahnya.

- ii. Menantang klien sehingga dia mempunyai strategi baru dan rencana baru

c) Tahap Akhir Konseling

Pada tahap akhir konseling ditandai beberapa hal yaitu

- a. Menurunkan kecemasan klien.
- b. Adanya perubahan perilaku klien ke arah yang lebih positif
- c. Adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program jelas

Terjadinya perubahan positif yaitu mulai dapat mengpreksi diri dan mendiadakan sikap yang suka menyalahkan dunia luar, seperti orang tua, guru, teman keadaan tidak menguntungkan dan sebagainya³⁴

C. KONSEP DASAR KEPERCAYAAN DIRI

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri berasal dari bahasa Inggris yaitu self confident yang artinya percaya pada kemampuan, kekuatan, dan penilaian diri sendiri. Secara sederhana dapat dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap gejala aspek kelebihan yang dimiliki oleh individu dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan hidupnya.³⁵

Kepercayaan seseorang terhadap dirinya sendiri atau kepercayaan yang didapat dari orang lain sangat bermanfaat bagi perkembangan kepribadian seseorang. Individu yang mempunyai kepercayaan diri dapat bertindak dengan tegas dan tidak takut mengalami kegagalan. Kegagalan yang terjadi dipandang sebagai suatu pengalaman yang bermanfaat bagi masa depannya, dan mengandung sikap optimis, kreatif serta memiliki harga diri.³⁶

³⁴ Sofyan S Willis (2004), *Konseling individual Teori dan Praktek*, Jakarta: Alfabeta hal. 50

³⁵ Hakim, Thursan, (2005), *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, Jakarta : Puspa Swara hal.6

³⁶ Cut Metia, (2011), *Psikologi Kepribadian*, Bandung : Cipta Pustaka Media Perintis, hal. 123

Menurut Hasan dan Kawan-Kwan dalam kamus istilah Psichology mengatakan bahwa, “percaya diri adalah kepercayaan akan kemampuan sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki serta dapat memanfaatkan secara tepat”.³⁷

Kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya. Hal ini bukan berarti individu tersebut mampu dan kompeten dalam melakukan segala sesuatu seorang diri, rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya merujukpada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi, yakin dan percaya bahwa dia bisa karena dukungan oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi, serta harapan yang realistis terhadap diri sendiri. Kemudian dilanjutkan lagi bahwa kepercayaan diri itu merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Orang yang percaya diri yakin akan kemampuan mereka sendiri serta memiliki pengharapan yang realistis, bahkan ketika harapan mereka tidak terwujud, mereka tetap berpikir positif dan dapat menerimanya.³⁸

Beberapa Ahli menjelaskan pengertian kepercayaan diri, antara lain sebagi berikut :

- a) Menurut Hakim, “ Percaya diri secara sederhana bisa dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membantunya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya.”³⁹
- b) Menurut Rahmad secara sederhana dapat dikatakan bahwa percaya diri sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap gejala aspek kelebihan yang dimiliki individu

³⁷ Derry Agung, (2004), *Satu Hari Menjadi Lebih Percaya Diri*, hal. 52-53

³⁸ Triyono, dkk, (2014), *Materi Layanan Klasik Bimbingan Dan Konseling Bidang Bimbingan dan Konseling Pribadi* hal. 43

³⁹ Ibid, hal.43

dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan hidupnya.⁴⁰

- c) Menurut Thantaway dalam kamus istilah Bimbingan dan Konseling percaya diri adalah Kondisi mental atau psikologis dari seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan suatu tindakan. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep dari negatif, kurang percaya diri pada kemampuannya, karena orang itu yang kurang percaya diri sering menutup diri mereka terhadap dunia luar yang lebih luas⁴¹
- d) Menurut Mastuti, “kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya.⁴²

Berdasarkan beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri, yaitu kesadaran individu akan kelebihan dan kelemahan yang dimilikinya dan kesadaran tersebut membuatnya merasa yakin pada kemampuan yang dimilikinya, menerima diri, bersikap optimis, dan berpikir positif sehingga dapat bertindak sesuai dengan kapasitas serta mampu mengendalikannya dengan baik

2. Ciri-ciri Individu yang Memiliki Rasa Percaya Diri

Orang yang sehat mentalnya mempunyai percaya diri (*self confidence*) dan kontrol diri (*self control*). Mereka dapat independen bila diperlukan dan dapat pula asertif apabila yang bersangkutan ingin asertif. Mereka mempunyai internal fokus control. Mereka dapat mengontrol dirinya dengan baik.

Seseorang yang memiliki rasa percaya diri memiliki ciri-ciri diantaranya adalah mempunyai sikap yang tenang

⁴⁰ Ibid, hal.12

⁴¹ Pongky Setiawan, (2014), *Siapa Takut Tampil Percaya Diri*, Yogyakarta : Parasmu, hal. 13-14

⁴² Mastuti, Indari, (2008). *50 Kiat Percaya Diri*, Jakarta : Hi-Fest Publishing hal.13

dalam mengerjakan tugas-tugas sekolah, mempunyai potensi yang memadai, mampu menetralkan ketegangan yang muncul diberbagai situasi, mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi, memiliki kondisi mental dan fisik yang menunjang penampilannya, memiliki kecerdasan yang menunjang, dan mampu bersosialisasi dengan lingkungan sekitar, selalu bereaksi positif dalam menghadapi masalah, memiliki pendidikan formal yang cukup, memiliki latar belakang keluarga yang baik⁴³

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Komara (2016) mengemukakan beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri antara lain:⁴⁴

4. Faktor Internal, meliputi:

1) Konsep Diri

Terbentuknya rasa kepercayaan diri pada seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dari suatu pergaulan kelompok. Pergaulan kelompok memberi dampak positif juga dampak negatif. Konsep diri, yakni kesadaran seseorang akan keadaan yang membawa pengaruh besar dalam penentuan tingkah laku.

2) Harga Diri

Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Orang yang memiliki harga diri tinggi akan menilai dirinya secara rasional bagi dirinya serta mudah mengadakan hubungan dengan individu lain.

3) Konsep Fisik

Perubahan kondisi fisik berpengaruh pada kepercayaan diri. Fisik yang sehat dapat membantu peserta didik dalam meningkatkan kepercayaan diri yang kuat. Sedangkan fisik yang kurang baik menyebabkan siswa lemah dalam mengembangkan kepercayaan diri.

⁴³ Bimo Walgito,(2010), *Bimbingan dan Konseling (Studi Dan Karier)*, Yogyakarta : CV. Andi Offset, hal. 196

⁴⁴ Komara I.B, (2016), *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir Siswa*. PSIKOPEDAGOGIA vol. 5

5. Faktor eksternal, meliputi:

a) Pendidikan

Tingkat pendidikan yang rendah akan cenderung di bawah kekuasaan yang lebih pandai. Sedangkan individu yang pendidikannya lebih tinggi cenderung mandiri dan tingkat kepercayaan dirinya tinggi.

b) Lingkungan dan Pengalaman Hidup

Lingkungan disini adalah lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan masyarakat. Dukungan yang baik diterima dari lingkungan keluarga seperti anggota keluarga yang berinteraksi dengan baik akan memberi rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi.

6. Memupuk Rasa Percaya Diri

Menumbuhkan rasa percaya diri yang profesional harus dimulai dari dalam diri individu. Hal ini sangat penting mengingat bahwa hanya individu yang bersangkutan yang dapat mengatasi rasa tidak percaya diri yang sedang dialaminya. Ada beberapa cara yang bisa dilakukan jika individu mengalami krisis kepercayaan diri.

Hakim mengemukakan sikap-sikap hidup positif yang mutlak harus dimiliki dan dikembangkan oleh mereka yang ingin membangun rasa percaya diri yang kuat, yaitu:⁴⁵

- a) Bangkitkan Kemauan yang Keras
- b) Membiasakan untuk Berani
- c) Bersikap dan Berpikiran Positif
- d) Membiasakan Diri untuk Berinisiatif
- e) Selalu Bersikap Mandiri
- f) Belajar dari Pengalaman
- g) Tidak Mudah Menyerah
- h) Membangun Pendirian yang Kuat
- i) Pandai Membaca Situasi
- j) Pandai Menempatkan Diri
- k) Pandai Melakukan Penyesuaian dan Pendekatan pada Orang Lain.

⁴⁵ Hakim, Thursan, (2005), *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, Jakarta : Puspa Swara hal. 170-180

7. Ciri-ciri Percaya Diri

Menurut Lauster (2002), ciri seorang yang memiliki rasa percaya diri positif, diantaranya yaitu :

- a. Keyakinan akan kemampuan diri, yakni sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa mengerti sungguh-sungguh akan apa yang di lakukan.
- b. Optimis, Yakni sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuan.
- c. Objektif, yakni orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurutnya sendiri.
- d. Bertanggung Jawab, yakni kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
- e. Rasional atau realistis, yaitu analisa terhadap suatu masalah, suatu hal, sesuatu kejadian yang menggunkan pemikiran yang di terima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Menurut Lina dan Klara (2012), ciri sikap percaya diri yang proposional pada seseorang, diantaranya yaitu :

- 1) Percaya akan kompetensi atau kemampuan diri, sehingga tidak memerlukan pujian, pengakuan, penerimaan, atau rasa hormat orang lain.
- 2) Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap menyesuaikan diri demi di terima orang lain atau kelompok
- 3) Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain

D. Karakteristik Percaya Diri

Menurut Lindefild Gael (Rifki, 2008) karakteristik percaya diri di antaranya :

1. Percaya Dari Lahir

Percaya dari lahir harus bisa membuat individu memberikan kesan pada dunia luar bahwa dirinya yakin akan secara pribadi (Percya Diri lahir).Percaya diri lahir dapat di lihat dalam kemampuan berikut:

- a) Komunikasi.Keterampilan komunikasi menjadi dasar yang baik bagi pembentukan percaya diri.Menghargai pembicara orang lain,berani berbcara di depan umun,tahu kapan harus mengganti tofik pembicaraan,dan mahir dalam berdiskusi adalah bagian dari keterampilan dari komunikasi yang bisa di lakukan jika individu memiliki rasa percaya diri
- b) Ketegasan.Sikap tegas dalam melakukan suatu tindakan di perlukan,agar individu terbiasa menyampaikan inspirasi dan keinginan serta membela hak
- c) Penampilan Diri.Seorang individu yang percaya diri selalu memperhatikan penampilan dirinya
- d) Pengendalian Perasaan.Pengendalian perasaan di perlukan dalam kehidupan sehari-hari

2. Percaya Diri Batin

Percaya diri batin adalah percaya diri yang member seseorang prasaan dan anggapan bahwa pribadinya dalam keadaan baik.Percaya diri batin bisa di lihat dalam kemampuan seperti :

- a) Cinta Diri orang yang mencintai Diri mencintai dan menghargai dirinya sendiri dan orang lain
- b) Pemahaman Diri.Orang yang percaya diri batin sangat sadar diri.mereka slalu intropeksi diri agar setiap tindakan yang dilakukan tidak merugikan orang lain
- c) Tujuan yang positif orang yag percaya diri selalu tau tujuan hidupnya
- d) Pemikiran yang positif.

Upaya yang dapat dilakukan untuk menumbuhkan rasa percaya diri, seseorang harus terlebih dahulu memahami dirinya sendiri, dengan segala kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya. Sehingga individu tersebut akan selalu berpikiran positif tentang dirinya dan orang lain, yang akan menimbulkan

perasaan saling menghargai antara keduanya. Dalam keadaan seperti itu akan memungkinkan terciptanya suatu komunikasi yang akrab, sehingga individu yang bersangkutan dapat dengan mudah dan nyaman membuka diri dan mengemukakan pendapatnya pada orang lain.

E. Upaya Guru Pembimbing Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa

Guru pembimbing adalah seseorang yang diberi tugas khusus sebagai pembimbing berbeda dengan guru mata pelajaran atau guru praktek. Guru pembimbing mempunyai tugas, tanggung jawab, wewenang dan secara penuh dalam kegiatan bimbingan dan konseling terhadap sejumlah peserta didik.

Dalam melaksanakan tugas-tugas dan tanggung jawabnya itu guru pembimbing menjadi, “pelayan” bagi pencapaian tujuan pendidikan secara menyeluruh, khususnya bagi terpenuhinya dan tercapainya tujuan-tujuan perkembangan masing-masing peserta didik (sebagai sasaran utama layanan), melainkan juga dengan berbagai pihak yang dapat secara bersama-sama menunjang pencapaian tujuan itu.

Seorang guru pembimbing harus memiliki pemahaman tentang siswa yang dibimbingnya. Untuk mengoptimalkan pemahaman tersebut, dalam prakteknya guru pembimbing dapat menerapkan teori-teori, teknik, dan layanan-layanan yang diberikan oleh guru pembimbing diharapkan dapat memberikan kontribusi kepada siswa supaya memiliki rasa percaya diri yang tinggi.

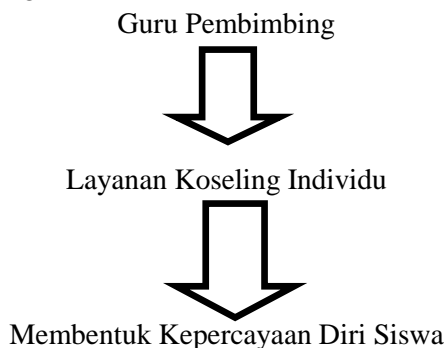
Rasa percaya diri inilah yang harus ditempa terlebih dahulu kepada siswa yang percaya diri tinggi akan mengembangkan minat, bakat, kemampuan dan potensi dalam dirinya. Sebaliknya siswa yang tidak memiliki percaya diri tinggi akan selalu berpikir negatif. Siswa menjadi sulit berhasil untuk menguasai ilmu serta pengetahuan yang sekarang sedang melaju dengan pesat. Diantara rasa kepercayaan yang harus dibangun tersebut adalah rasa percaya kepada diri sendiri.

Kepada teman, institusi, dan masyarakat. Dengan kepercayaan diri akan membuat anak bangsa tidak menjadi superman yang seakan-akan bisa menyelesaikan setiap masalah. Tetapi dengan kepercayaan diri, mereka akan merasa menjadi bagian dari kelompok. Bekerja secara kelompok dalam artian berkolaborasi, sehingga terbentuk super tim yang baik dan bermanfaat bagi sesama tentunya.

F. Kerangka Berpikir

Layanan konseling individu adalah proses pemberian bantuan oleh seorang konselor kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (klien) dalam suasana langsung (tatap muka), dengan tujuan agar klien dapat meningkatkan pemahaman tentang dirinya, merubah perilaku, mengembangkan potensi diri sesuai dengan keputusan yang diambil serta membantu mengentaskan masalah yang dihadapi sehingga bermuara pada teratasinya masalah tersebut. Setiap individu dituntut agar bisa memiliki sebuah kepercayaan diri yang tinggi supaya dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya. Sebaliknya siswa yang memiliki percaya diri rendah akan selalu berpikir negatif, akan cenderung mudah cemas dalam menghadapi masalah, tidak tahu bagaimana cara mengembangkan diri, dan mudah putus asa. Oleh karena itu sangat penting bagi pembimbing untuk bisa menumbuhkan rasa percaya diri siswa, salah satu upaya yang dapat dilakukan guru pembimbing ialah memberikan layanan konseling individu.

Kerangka berpikir dalam penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut :



Penjelasan :

Dalam pelaksanaan layanan konseling individu berperan dua pihak, yaitu seorang konselor dan seorang klien. Adapun materi layanan yang akan dibahas ditentukan oleh klien (siswa) sendiri dengan mendapat pertimbangan dari konselor. Layanan konseling individu memiliki tiga tahapan. Konselor harus menguasai tiga tahapan tersebut agar proses dapat berjalan secara efektif.

Dengan kegiatan layanan konseling individu siswa bisa mengungkapkan permasalahan yang sedang dihadapinya. Dan peran konselor adalah membantu siswa dalam menyelesaikan masalah tersebut. Selanjutnya dengan adanya layanan konseling individu ini akan membentuk kepercayaan diri siswa yang bagus dan siswa memiliki perasaan yang positif terhadap dirinya, mempunyai keyakinan yang kuat atas dirinya dan mempunyai pengetahuan akurat terhadap kemampuan yang dimilikinya.

G. Penelitian yang Relevan

Berdasarkan hasil telaah keperpustakaan, maka ditemukan beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian yang berkaitan dengan kepercayaan diri, diantaranya sebagai berikut :

1. Budi Satria Wijaya (2017)

Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan. Medan, 2017 dengan judul penelitian : “Keefektifan Layanan Informasi Dengan Menggunakan Teknik Bercerita Dalam Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Pada Siswa MAN Kisaran Tahun Ajaran 2016/2017. Adapun penjelasan dari penelitian tersebut adalah kadang siswa merasa bahwa apa yang mereka kerjakan itu sudah tepat namun mereka masih gagal dalam pelaksanaanya, sehingga mereka tetap menyalahkan dirinya sendiri. Dan inilah salah satu kesalahan yang fatal, sebab mereka hanya menyalahkan diri mereka, tanpa mau mendorong dirinya untuk bisa bangkit dari keterpurukan tersebut dan untuk membangkitkan ketidak percayaan

tersebut dibutuhkan layanan informasi sebab layanan informasi merupakan salah satu layanan dalam bimbingan konseling dan teknik yang digunakan dalam layanan informasi adalah dengan menggunakan teknik bercerita.

2. Sueb Aliansyah (2017)

Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung, 2017 dengan judul penelitian : “Upaya Meningkatkan Percaya Diri Dalam Belajar Melalui Layanan Konseling Kelompok Teknik Gestalt Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Tulang Bawang Udik Tahun Ajaran 2015/2016. Adapaun penjelasan dari penelitian tersebut adalah di era globalisasi pada saat ini merupakan persaingan yang bebas dan ketat, apabila kita tidak membentangi diri dengan percaya diri yang tinggi dan iptek yang memadai maka bersiap-siaplah kita akan tersisihkan dan tertinggal jauh dari perputaran zaman serba maju dengan itu dengan menggunakan layanan konseling kelompok menolong individu untuk dapat untuk dapat membantu siswa dengan kepercayaan dirinya yang kurang dalam proses kegiatan belajar mengajar, selain itu konseling kelompok juga memfasilitasi siswa untuk bertukar pendapat, lebih mudah untuk menangkap persoalan yang dihadapinya dan cara mengatasinya.

3. Siti Aisyah Siregar (2014)

Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan. Medan, 2014 dengan judul penelitian : “ Membangun Rasa Percaya Diri Melalui Konseling Rasional Emotif Di Madrasah Aliyah Negeri Lubuk Pakam”,. Dari penelitian ini Siti Aisyah Siregar, peneliti lebih menjelaskan bahwa sebuah kepercayaan diri itu dapat dilihat dengan seorang individu tersebut menunjukkan rasa keragu-raguan, mudah cemas, tidak yakin, cenderung menghindar, tidak mempunyai inisiatif, mudah patah semangat, dan tidak berani tampil di depan orang lainnya. Dan cara yang dapat dilakukan kepada individu tersebut adalah mengenalkan kepadanya sebuah lingkungan dengan maksud supaya individu tersebut lebih

objektif mengenal lingkungan, baik lingkungan sosial, dan lingkungan fisik, sehingga menerima berbagai kondisi lingkungan itu secara positif dan dinamis.



DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: PT Rineka Cipta. 2010
- Dapartemen Agama RI. *Al-Qur'an Dan Terjemahan* , Bandung : CV JART. 2005
- Djamarah, Syaiful Bahri. *Psikologi Belajar*, Jakarta: Rineka Cipta. 2011
- Fitriana, *Peranan Guru Bk dalam Membangun Kepercayaan Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok di Man Lubuk Pakam*, (Medan: Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Jurusan Bimbingan Konseling Islam, 2018),tersedia (Online), diakses Senin 15 April 2019 Pukul 10.45 WIB
- Leni Fitriani. *Merajut Pede "percaya diri"*, Jakarta Selatan: PT. Nusantara Lestari Ceriapratama. 2011
- Lestari, dkk. *Peningkatan Percaya Diri Siswa Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Pendekatan Person Centered*, Prosiding Seminar Bimbingan dan Konseling Vol. 1, No. 1, 2017, hlm. 238-247, Universitas Negeri Yogyakarta. Tersedia (Online) di <http://pasca.um.ac.id/conferences/index.php/snbk> ISSN 2579.9908, diakses Senin 15 April 2019 Pukul 10.45 WIB
- Marika, "Pelaksanaan Layanan Terapi *Clien Centered* dalam Mengatasi Kurang Percaya Diri Peserta Didik SMP PGRI Bandar Lampung". (Skripsi yang disampaikan pada munaqasah yang diselenggarakan oleh IAIN RIL, Bandar Lampung. 2017
- Marzuki. *Metodelogi Riset*, Yogyakarta:Ekonesia Kampus Fakultas Ekonomi UII.2003
- Miles dan Huberman. *Analisis Data Kualitatif: Buku Sumber Tentang Metode- Metode Baru*, Jakarta: UI Press. 1998

Nurihsan, Achmad Juntika. *Bimbingan Dan Konseling Dalam Berbagai LatarKehidupan*, Bandung: PT. Refika Aditama. 2011

Prayitno dan Erman Amti. *Dasar-dasar Bimbingan Dan Konseling*, Jakarta: PT.Rineka Cipta. 2003

Layanan L1-L9, Padang : FIP Universitas Negeri Padang. 2004

Suhartono, irawan. *Metodelogi Penelitian Sosial*, Bandung: Remaja Rosdakarya. 2008

Sukardi,, Dewa Ketut *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta: Rineka Cipta. 2010

Suprpto. *Metode Penelitian Ilmu Pendidikan Dan Ilmu-Ilmu Pengetahuan Sosial*, Yogyakarta: CAPS. 2013

Slameto. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*, Jakarta: Rineka Cipta. 2013

Setiawan, pongky. *Siapa Takut Tampil Percaya Diri*, Yogyakarta : Parasmu. 2014

Tim WesFix. *Percaya Diri Itu “Dipraktekin”*, Jakarta: PT. Grasindo. 2015

Walgito, Bimo. *Bimbingan dan Konseling (Studi Dan Karier)*, Yogyakarta : CV.Andi Offset. 2010

Wiwinda, *Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Assertive Training dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik SMPN 11 Bandar Lampung”*. (Skripsi yang disampaikan pada munaqasah yang diselenggarakan oleh IAIN RIL, Bandar Lampung. 2015

Yan Vita. *Penguatan Sikap Percaya Diri melalui Dreams Book bagi Siswa Kelas I SDN Tegalombo I Kalijambe Sragen*. (Sragen: SDN Tegalombo 1 UPT Dinas Pendidikan Kecamatan Kalijambe, 2016). Tersedia (Online) di Jurnal

Internasional Volume. 1, No. 2, Juli - Desember 2016. ISSN:
2527-
8231 (P), 2527-8177 (E), diakses Senin 9 September 2019 Pukul
09.25 WIB

Yusuf, Syamsu & Nurihsan Juntika. *Landasan Bimbingan dan
Konseling*. (Bandung: Remaja Rosdakarya. 2009

